



Masaż tkanek głębokich

Numer usługi 2026/04/29/28897/3522621

1 200,00 PLN brutto

1 200,00 PLN netto

60,00 PLN brutto/h

60,00 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

TEB EDUKACJA
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

42 oceny

📍 Kraków
🏠 Usługa szkoleniowa
📄 stacjonarna
🕒 20:00 h
📅 18.07.2026 do 19.07.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Identyfikatory projektów

Małopolski Pociąg do kariery

Grupa docelowa usługi

Kurs jest skierowany do fizjoterapeutów i rehabilitantów jest to naturalne rozszerzenie kompetencji – pozwala skuteczniej pracować z przewlekłym bólem, napięciami mięśniowymi czy ograniczeniami ruchu. Często są to osoby, które chcą zwiększyć swoją skuteczność terapeutyczną i wyróżnić się na rynku.

Jest to też kurs skierowany do techników masażyстів – zarówno początkujący, jak i bardziej doświadczonych. Jest to szansa na zdobycie specjalizacji, która jest dobrze postrzegana, ale też rozwój i uzupełnienie swojego warsztatu.

Ostatnią grupą docelową to trenerzy personalni i osoby związane ze sportem. Są to osoby często szukające narzędzi, które pomogą ich klientom szybciej się regenerować, zmniejszać ryzyko kontuzji i poprawiać mobilność. Masaż tkanek głębokich wpisuje się tu bardzo dobrze jako uzupełnienie treningu.

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

16

Data zakończenia rekrutacji

17-07-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

20

Cel

Cel edukacyjny

Masaż Tkanek Głębokich to zaawansowana technika manualna, której celem jest praca z układem mięśniowo-powięziowym. Łączy w sobie precyzyjną analizę funkcjonalną z ukierunkowaną terapią, mając na celu poprawę zdrowia, przywrócenie prawidłowej funkcji tkanek oraz redukcję bólu. Metoda ta opiera się na szczegółowym zrozumieniu przestrzennego układu tkanek w ciele, co czyni ją jedną z najskuteczniejszych form masażu o charakterze leczniczym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zna teorię masażu tkanek głębokich.	Znajomość wiedzy	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Zna anatomię palpacyjną i metody diagnostyczne mięśnia prostownika grzbietu, powięzi piersiowo- lędźwiowej, mięśnia czworobocznego, mięśnia równoległobocznego, mięśnia stożka rotatorów nadgrzebieniowych, podgrzebieniowych, obłego większego, obłego mniejszego, mięśnia czworobocznego lędźwi, przepony, mięśnia dwugłowy ramienia, mięśnia trójgłowy ramienia, mięśnia piersiowego większego, mięśnia piersiowego mniejszego, pasma biodrowo- piszczelowego, mięśnia kulszowo- goleniowego, mięśnia czworogłowego uda, mięśnia trójgłowego łydki, przywodziciela stawu biodrowego, cieśni nadgarstka, łokcia tenisisty, łokcia golfisty, przykurczu Dupuytrena, mięśnia gruszkowatego, rwy kulszowej, mięśnia biodrowo- lędźwiowego, rwy udow, pseudo rwa udowa, zespołów Rotha, koślawości, szpotawości kolan, koślawości szpotawości stóp, skoliozy, pleców okrągłych, pleców wklęsłych, wdowiego garbu, mięśnia żwacza, mięśnia skroniowego, troczki rzepki, mobilizacji rzepki, zespołów dysbalansu mięśniowego przy ruchu odwiedzenia syndromu pasma biodrowo- piszczelowego, zapalenia ścięgien mięśni gęsiej stopki, neuralgii Morton`a, neuralgii Baxtera, palucha koślawego, troczki stawu skokowego, rozluźniania mięśniowo powięziowego: powięź piersiowo- szyjna, -mobilizacji blizn, cieśni podbarkowej.</p>	<p>Ćwiczenia praktyczne i dyskusje uzupełniające</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Zna zasady i techniki masażu mięśnia prostownika grzbietu, powięzi piersiowo- lędźwiowej, mięśnia czworobocznego, mięśnia równoległobocznego, mięśnia stożka rotatorów nadgrzebieniowych, podgrzebieniowych, obłego większego, obłego mniejszego, mięśnia czworobocznego lędźwi, przepony, mięśnia dwugłowy ramienia, mięśnia trójgłowy ramienia, mięśnia piersiowego większego, mięśnia piersiowego mniejszego, pasma biodrowo- piszczelowego, mięśnia kulszowo- goleniowego, mięśnia czworogłowego uda, mięśnia trójgłowego łydki, przywodziciela stawu biodrowego, cieśni nadgarstka, łokcia tenisisty, łokcia golfisty, przykurczu Dupuytrena, mięśnia gruszkowatego, rwy kulszowej, mięśnia biodrowo- lędźwiowego, rwy udow, pseudo rwa udowa, zespołów Rotha, koślawości, szpotawości kolan, koślawości szpotawości stóp, skoliozy, pleców okrągłych, pleców wklęsłych, wdowiego garbu, mięśnia żwacza, mięśnia skroniowego, troczki rzepki, mobilizacji rzepki, zespołów dysbalansu mięśniowego przy ruchu odwiedzenia syndromu pasma biodrowo- piszczelowego, zapalenia ścięgien mięśni gęsiej stopki, neuralgii Morton`a, neuralgii Baxtera, palucha koślawego, troczki stawu skokowego, rozluźniania mięśniowo powięziowego: powięź piersiowo- szyjna, -mobilizacji blizn, cieśni podbarkowej.</p>	<p>Ćwiczenia praktyczne i dyskusje uzupełniające</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

MODUŁ I:

I Dzień

- Masaż Tkanek Głębokich: teoria, zasady masażu
- Techniki Masażu Tkanek Głębokich
- Anatomia palpacyjna oraz metody diagnostyczne
- Mięsień prostownik grzbietu
- Powięź piersiowo- lędźwiowa
- Mięsień czworoboczny
- Mięśnie równoległoboczne
- Mięśnie stożka rotatorów: nadgrzebieniowy, podgrzebieniowy, obły większy, obły mniejszy
- Mięsień czworoboczny lędźwi
- Przepona

II Dzień

- Mięsień dwugłowy ramienia, mięsień trójgłowy ramienia
- Mięsień piersiowy większy, mięsień piersiowy mniejszy
- Pasma biodrowo- piszczelowe
- Mięśnie kulszowo- goleniowe
- Mięsień czworogłowy uda
- Mięsień Trójgłowy łydki
- Przywodziciele stawu biodrowego

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 6

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 6 Teoria masażu tkanek głębokich	mgr Anna Słowik	18-07-2026	08:00	09:30	01:30
2 z 6 Diagnostyka palpacyjna	mgr Anna Słowik	18-07-2026	09:30	11:45	02:15
3 z 6 Techniki masażu tkanek głębokich	mgr Anna Słowik	18-07-2026	12:00	15:45	03:45
4 z 6 Praca na wybranych obszarach ciała	mgr Anna Słowik	19-07-2026	08:00	11:45	03:45
5 z 6 Praca na wybranych obszarach ciała	mgr Anna Słowik	19-07-2026	12:00	15:00	03:00
6 z 6 Walidacja	-	19-07-2026	15:00	15:45	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 200,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	60,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	60,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1

1 z 1

mgr Anna Słowik



Absolwentka Akademii Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha w Krakowie na kierunku fizjoterapia oraz Małopolskiej Policealnej Szkoły Masażu nr 2 z Oddziałami Integracyjnymi w Krakowie. Od lat rozwija swoje umiejętności w praktyce, ale również dzieli się wiedzą i doświadczeniem z przyszłymi masażystami.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Dla każdego uczestnika przewidziany jest skrypt.

Po ukończeniu szkolenia uczestnik otrzymuje:

- zaświadczenie zgodne z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej
- certyfikat ukończenia kursu TEB Edukacja

Adres

Kraków 1

31-203 Kraków

woj. małopolskie

II piętro, sala nr 34 (pracownia masażu)

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- parking - brak strefy

Kontakt



WIOLETTA NATKANIEC

E-mail wioletta.natkaniec@teb-edukacja.pl

Telefon (+48) 124 212 335